Revista de la MUJER



¡Hágalo!

Prenda Novedosa, Juvenil



Las Infaltables Remeras



Molde Para Vestido de Niña

Moda

Llegó la Hora de las Alegres Bermudas







La esposa del presidente de los Estados Unidos, Rosalyn Carter; Nancy Reagan y Keke Anderson junto a sus esposos en la lucha por la campaña electoral.

El 4 de noviembre es la fecha en que, tradicionalmente, se realizan las elecciones presidenciales en Estados Unidos. Junto a los tres candidatos que se enfrentan esta vez —Carter, Reagan y Anderson— están sus infatigables esposas, listas en todo momento para ser las primeras consejeras y colaboradoras de sus maridos en todos los aspectos.

La mujer de Jimmy Carter, Rosalyn, ha demostrado en repetidas oportunidades la importancia que tiene en las decisiones de su marido. Durante estos últimos 4 años, en los cuales Jimmy ocupó la primera magistratura, Rosalyn realizó numerosos viajes, habló en gran cantidad de ocasiones, y muchos la catalogan de "más realista y fría" que su esposo. Los consejeros presidenciales envidian su sentido innato para la política y están de acuerdo en llamarla "magnolia de acero", nombre con el cual todos la apodan. Si Carter vuelve a ser presidente será en gran parte, gracias a la acción de su mujer.

En cuanto a Nancy Reagan, esposa del candidato republicano Ronald Reagan, puede decirse que cumple también un papel importante en la carrera de su marido. Hace 28 años que están casados, y como también fue actriz de cine —al igual que su esposo— es la mejor encargada de darle un toque artístico y espectacular a los discursos, presentaciones y campañas donde Reagan debe hablar ante el público. Lo acompaña a todas partes y siempre busca que las cámaras fotográficas y televisivas tomen el mejor perfil de Ronald. Es muy simpática, y mantienen una unión tan sólida que a menudo parecen actuar como si fueran una sola persona.

El candidato independiente John Anderson tampoco está solo. Tras él, su esposa Keke Anderson, siempre preparada para brindarle ayuda, alegría y mucha vitalidad, rasgos principales de su manera de ser. De orígenes griegos, es muy franca y disfruta de las charlas en público y conferencias de prensa. Suele decir "me eduqué en una familia griega, y me encantan las batallas verbales". A pesar de ser una mujer activa, reconoce que su rol junto a su esposo no se parece demasiado al de las otras mujeres de políticos. Sabe que John domina en el hogar y que toma él solo las decisiones importantes. Sin embargo —y a pesar de que ella quiera negarlo— su opinión pesa en las decisiones de Anderson.



Otro patético testimonio que ilustra el dolor ante la devastación que deja la guerra como saldo. Esta mujer es una de las tantas que pierde sus hijos o ve quebrado su hogar por la desaparición violenta y sin justificativos. La foto muestra una mujer desconocida, no importa su nacionalidad o edad, que se desgarra frente a la desolación que provoca el estallido de una bomba. Una ciudad destruida, la pérdida de los seres queridos y la necesidad de recuperar las fuerzas mutiladas para continuar viviendo. Es una imagen que lamentablemente continúa sucediéndose día a día en diferentes lugares del mundo. Ahora son Irán e Irak los países que se atacan indiscriminadamente saqueando y matando cientos de miles de personas inocentes, ensu gran mayoría mujeres y niños, habitantes de las ciudades, víctimas indefensas de la crueldad.

De una vez por todas la humanidad debe contemplarse a sí misma para observar el deterioro que provocan estos flagelos criminales. La guerra, no importa su duración, una semana o varios años, compromete las energías morales y síquicas de toda una generación y los transmite a la siguiente. Además del pánico, el caos, el terror y la muerte siembra violencia que nuevamente puede estallar. La paz no debe ser más una utopía, está en la humanidad luchar honestamente para conseguirla y mantenerla.



Sin poder ocultar su felicidad, regresó de su viaje a Israel la conocida periodista **Magdalena Ruiz Guiñazú**. Su estada en Tierra Santa no se debió esta vez a una razón estrictamente profesional, sino como merecido premio a su labor como periodista. Magdalena fue distinguida recientemente con el premio **"Numo Werthein"** que se otorga anualmente a quien se haya desempeñado en su labor promoviendo la convivencia humana sin ningún tipo de discriminaciones.

Este premio, cuenta con el patrocinio de la señora Raquel Vda. de Werthein y sus hijos y ofrece viaje y estada en Israel. Desde ese país, Magdalena se comunicó vía satélite con **"Dos en la Noticia"**, el programa que conduce junto a Silvio Hubermann y manifestó su intensa emoción al conocer Jerusalén, ciudad que recorrió en su totalidad. Por otra parte, y tal como lo manifestara al recibir el premio, intentó cumplir una tarea de acercamiento con los habitantes de ese pueblo.

El I Congreso Internacional de Dermocosmiatría se realizará en Río de Janeiro entre el 6 y el 7 de diciembre próximos. Este evento reunirá a destacados profesionales argentinos. Cosmiatras, esteticistas, cosmetólogos, fisioterapeutas, farmacéuticos, profesores de educación física y todos aquellos que trabajen en tareas ligadas a la cosmiatría, para actualizar conocimientos mediante el intercambio técnico-científico. En forma paralela, se efectuará el II Simposio Brasil-Argentina de Cosmiatría Médico Kinesiológica al que concurrirán profesionales argentinos.

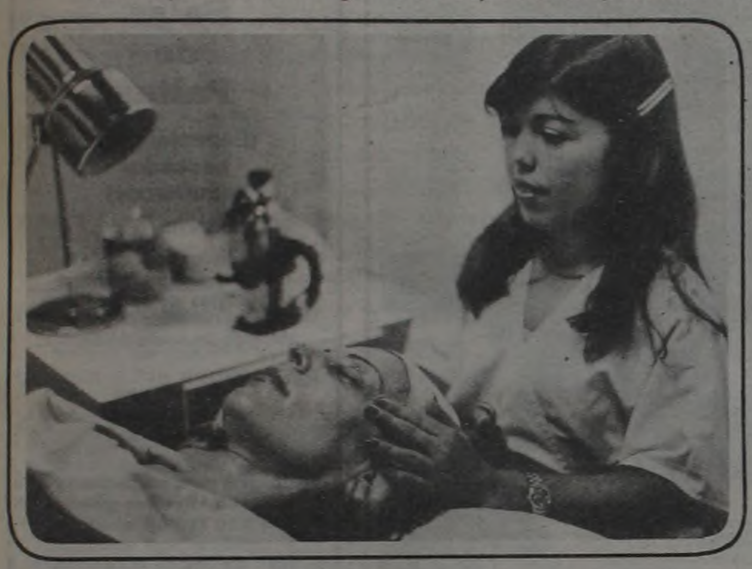
Presidirá la reunión el kinesiólogo Hugo Leonardo Ruovelzky el mundialmente conocido doctor Ivo Pintanguy actuará como presidente honorario.

Los asistentes podrán participar de una Exposición Técnica realizada por fabricantes de equipamientos, mobiliarios y servicios vinculados a la actividad, en la que apreciarán el grado de desarrollo alcanzado en la materia.

El Congreso se realizará en el Sheraton Hotel de Río de Janeiro y los interesados pueden solicitar informes e inscripción en U.K.I., Lavalle 3625, Capital.

Sepa Cómo Lograr un Bronceado Perdurable

Este es el momento de preparar toda su piel para comenzar el verano y lograr un bronceado parejo, dorado y sin consecuencias que alteren su salud o dejen huellas imborrables. Humectar la piel y adquirir un buen filtro solar son condiciones indispensables. En esta nota, todas las respuestas a cargo de un especialista para disfrutar a pleno sol.





Es inminente la llegada del verano y con él la intensidad del sol sobre la piel. Prepararla adecuadamente para las largas exposiciones es una necesidad y una prevención de problemas más o menos graves que aparecerían como consecuencia.

El sol, fuente de vida, es benéfico, proporciona salud y buen aspecto. Por otra parte, da excelentes resultados en algunas afecciones cutáneas como soriasis, acnés, etcétera, así como en la restauración de tejidos, y permite la asimilación de la vitamina D, imprescindible para adultos y niños. Pero un contacto prolongado y brusco con él puede traer consecuencias irreparables. Exponerse al sol sin protección provoca resecamiento de la piel y favorece la aparición de arrugas o eritemas que van desde la simple insolación hasta las quemaduras de segundo grado.

EL PROTECTOR SOLAR ES IMPRESCINDIBLE

—La piel debe ser atendida y protegida durante todo el año para estar preparada a recibir el sol en el verano —explica el doctor Hugo Charnis, dermatólogo.

—¿Cuáles son los cuidados imprescindibles?

—Es conveniente realizar un tratamiento facial una vez al mes, ya que las capas superficiales de la piel del rostro se renuevan cada 35 días. Es necesario, entonces, quitar las células muertas, nutrir e hidratar la piel para mantenerla limpia.

—¿Hay una preparación especial para recibir el sol?

—No, no hay un tratamiento específico, ya que no daría resultado hacerlo 15 ó 20 días antes de exponerse al sol. Reitero, la piel debe tratarse durante todo el año para que en el verano no reciba el impacto brusco del sol con los consecuentes resabios que éste deja.



Qué hay que Saber Para Elegir Bien

Un buen bronceador debe contener los siguientes elementos en su fórmula:

Vehículo: puede estar compuesto por agua, emulsiones o alcohol. Sirve para incorporar las sustancias activas y depositarlas en la piel.

Sustancias activas: Son elementos farmacológicos cuyas cualidades están destinadas a la protección, humectación y lubricación de la piel.

Filtro solar y pantalla: Es el elemento que caracteriza la función del bronceador. Permite el paso de los rayos ultravioletas, que estimulan la producción de melanina, y rechazan los que dañan la piel.

Sustancias conservadoras y antioxidantes: Impiden la proliferación de bacterias u hongos permitiendo la estabilidad del producto durante varios meses.

Un buen bronceador debe ser agradable al uso, proteger totalmente, favorecer la acción melanógena, tener un efecto prolongado como mínimo durante cuatro horas y no teñir ni aceitar la superficie de la piel.

—¿Qué tipo de protección debe usarse?

—Los bronceadores son protectores solares con filtros que impiden que los rayos solares nocivos ataquen el tejido cutáneo en profundidad. Un buen filtro deja pasar el rayo melanógeno, es decir, el que estimula el bronceado.

—¿Qué bronceadores son indicados?

—Aquellos que contengan una acción humectante específica, que sea bien tolerado, sin volatilizarse ni alterarse por efecto del sudor ni teñir excesivamente la piel. Un buen bronceador debe permitir la penetración de los rayos ultravioletas con su acción pigmentante. Hay algunos productos enriquecidos con aceite puro de zanahorias y Provitamina A, que aseguran la acción bronceadora y filtrante.



—¿Qué afecciones provoca el sol?

—Hay dos tipos de problemas que se presentan, especialmente con las exposiciones prolongadas. El primero es la aparición de eritemas o manchas solares muy difíciles de erradicar, que aparecen por la exposición brusca. El otro, denominado crónico, genera actinitis, una afección muy frecuente en las personas que por sus oficios deben permanecer mucho tiempo al sol. Se observa principalmente en los deportistas, campesinos, choferes o corredores. La piel tiende a engrosarse, especialmente en la zona del cuello donde se forman surcos, y la del rostro forma mayor cantidad de capas superficiales para defenderse, provocándose así una hiperqueratosis. Toda la piel presenta un aspecto reseco y deshidratado con aparición de arruguillas y en muchos casos rotura de fibras elásticas.

¿QUIENES DEBEN PROTEGERSE DEL SOL?

—Especialmente las mujeres embarazadas, ya que el calor provoca congestión desde las piernas hacia la pelvis y aparecen pequeñas várices por efecto de la gravidez y la mayor retención de líquidos.

—¿Los niños necesitan cuidados especiales?

—No. Tienen una gran resistencia al sol, excepto los bebés, que sí requieren cuidados especiales: hay que evitar que permanezcan inmóviles bajo los rayos solares, especialmente los del mediodía, que son nocivos para todos en general. A los niños que están en la primera y la segunda infancia es suficiente con untarles el cuerpo con una leche protectora que contenga elementos filtrantes.

—¿Cuándo hay que comenzar a usar un bronceador?

—Lo ideal en nuestro país, es a partir de agosto, cuando se manifiesta la acción solar. De esta manera se inicia un bronceado gradual de la piel. Esta indicación es especial para aquellas personas que mencionábamos antes, las que por su actividad deban permanecer constantemente bajo el sol.

—¿Qué efecto tienen los productos posbronceado?

—Están indicados con dos objetivos: amortiguar el efecto de "stress" que significa el reacomodamiento de las funciones de la piel y estabilizar el efecto estético del cambio de coloración otorgado por la melanina. Para todo tipo de piel es aconsejable el uso de lociones herbáceas humectantes, leches corporales y cremas biorregeneradoras, cuya formulación sirva de sostén a la pigmentación conseguida. Un factor que coadyuva en el mantenimiento del bronceado es una dieta rica en vegetales, especialmente zanahorias y zapallo y jugo de frutos cítricos.

Prepararse adecuadamente para recibir el sol del verano, evita desagradables molestias.

Para esta nota fue consultado el dermatólogo Hugo Charnis, Lavalle 1759, P.B.

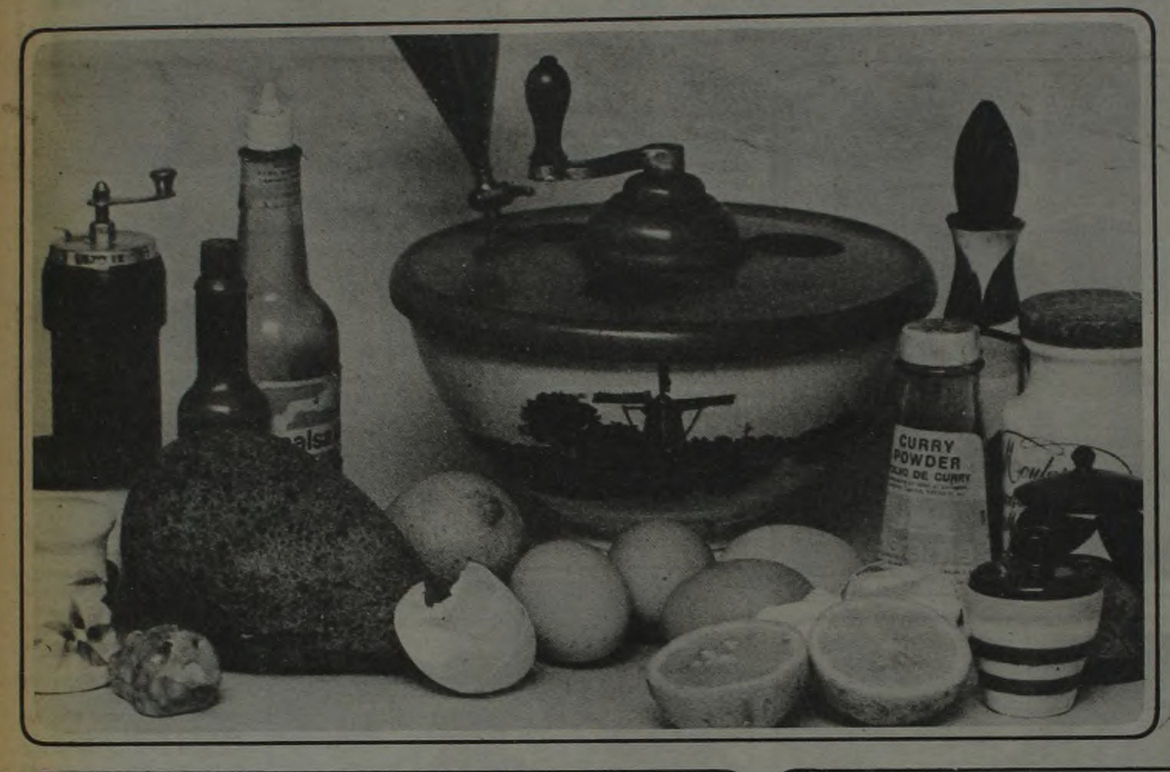


LOS PLACERES DE LA MESA



Las salsas frías, cuya preparación se realiza sin necesidad de cocción, son indicadísimas para acompañar platos de carne o pescado y brindan un toque muy refinado.

PELUSA MOLINA



Salsa de Paltas

(Especial para pescados y mariscos)

INGREDIENTES

1 palta madura; 3 cucharadas de crema de leche; 2 cucharadas de salsa Ketchup; 1 cucharada de coñac; sal; jugo de medio limón.

****
PREPARACION
****

Cortar la palta por la mitad y extraerle la pulpa; pisarla muy bien con un tenedor y agregarle el jugo de limón. Batir la crema de leche hasta que espese ligeramente. Añadir al puré de paltas el Ketchup y el coñac, incorporar la crema y salar a gusto.

Salsa Agridulce de Duraznos

(Especial para carnes de ave y cerdo)

INGREDIENTES

1 frasco de mermelada de duraznos; 1 cucharada de vinagre de manzanas; 1 cucharada de mostaza preparada; 1 cucharadita de polvo curry.

****
PREPARACION
****

Colocar la mermelada en un tazón; agregarle la mostaza y el vinagre de a poco mientras se mezcla todo cuidadosamente. Espolvorear en la superficie con el polvo curry.

NOTA: Esta salsa puede guardarse en la heladera en frasco tapado durante mucho tiempo.

Salsa Delicia

(Especial para carnes hervidas frías)

INGREDIENTES

3 yemas de huevos duros; 1 cucharada de mostaza preparada; 1 cebolla chica; 3 tomates perita pelados; 1 cucharada de perejil picado; aceite, vinagre, sal y pimienta.

****
PREPARACION
****

Mezclar en un tazón las yemas de huevo pisadas con la mostaza. Picar muy finamente la cebolla y los tomates e incorporarlos a la mezcla de yemas junto con el perejil. Agregar el aceite y el vinagre mientras se mezcla bien para lograr una preparación homogénea. Condimentar con sal y pimienta a gusto.

Mayonesa al Roquefort

(Especial para pescados fríos, carnes y aves)

INGREDIENTES

250 grs de mayonesa; 100 gr de queso roquefort; 3 cucharadas de berro bien picado; sal y pimienta.

****
PREPARACION
****

Deshacer bien el roquefort con un tenedor y mezclarlo con la mayonesa. Añadir el berro picado y condimentar con sal y pimienta a gusto.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

Papas Gratinadas

INGREDIENTES (para 4 ó 6 porciones)

1 kg de papas; ½ litro de leche; 50 gr de manteca; 50 gr de harina; 100 gr de queso rallado; 200 gr de jamón o paleta cocida; 1 lata chica de morrones; sal, nuez moscada, pimienta y sal.

****
PREPARACION
****

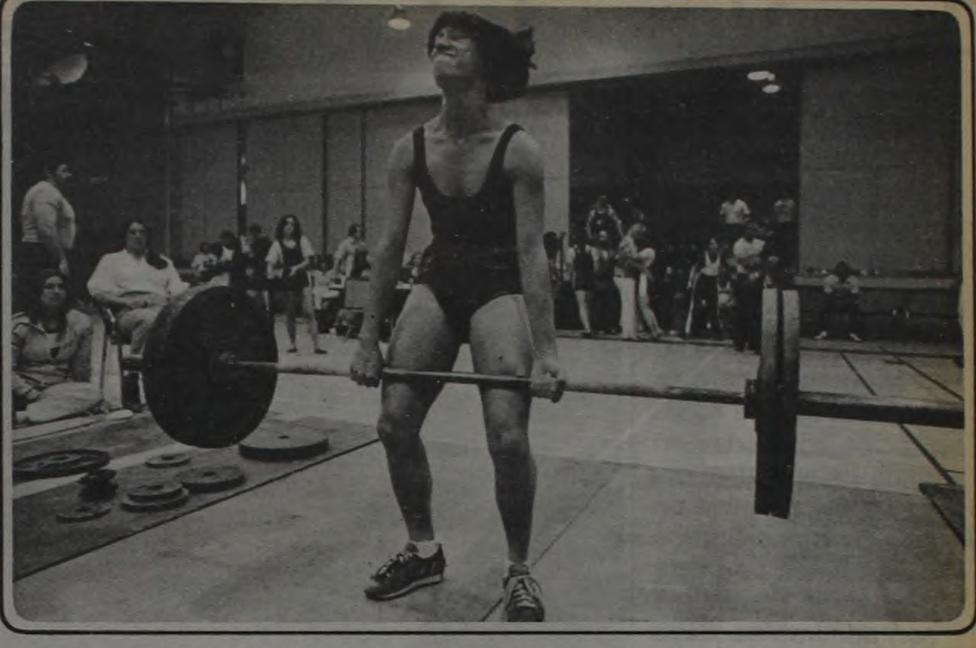
Pelar las papas y hervirlas en agua y sal cuidando que queden más bien duritas, pero cocidas. Escurrirlas y cortarlas en rodajas.

Mientras tanto colocar en la licuadora la leche y la harina. Hacer funcionar hasta que quede todo bien integrado. En una cacerola derretir la manteca, agregar la mezcla de leche y harina y revolver a fuego moderado hasta que rompa el hervor. Condimentar esta salsa Bechamel con sal, pimienta y nuez moscada.

Enmantecar una fuente de horno y colocar una capa de papas, encima colocar parte del jamón cortado en tiritas finitas y la mitad de los morrones picados, cubrir con un poco de la salsa Bechamel y repetir hasta terminar con los ingredientes, cubriendo finalmente con el resto de Bechamel. Espolvorear con el queso rallado, colocar unos copitos de manteca y gratinar en horno moderado.

¿Quién Dijo que el "Sexo Débil" no Tiene Fuerzas?

El fisiculturismo es una novedosa atracción para gran cantidad de jóvenes norteamericanas. Surgió como necesidad, para defenderse de los ataques de que eran objeto, pero se impuso entre mujeres de las más variadas procedencias. Se han dado casos de deportistas que lograron levantar más de doscientos kilos en un solo movimiento. Para estas dotadas, se trata solo de una forma más de evidenciar a la sociedad que ninguna actividad puede estar vedada a las mujeres del mundo actual.





Un nuevo deporte se está convirtiendo en el espectáculo preferido de los norteamericanos: el fisiculturismo femenino. Todos los sábados, desde tempranas horas de la tarde, una muchedumbre humana espera impacientemente entrar en los más importantes gimnasios de Los Angeles y San Francisco. Allí, en el estado de California, se realizan novedosos concursos de belleza y también de fuerza. Las participantes ya no son delgadas y débiles señoritas. Ahora, cuanto más musculosa y fuerte es una dama, más aplausos y premios recibe.

El fisiculturismo femenino tiene ya gran cantidad de adeptas. Son mujeres de edades y profesiones distintas, empeñadas en demostrar que ellas también son capaces de levantar pesas y desarrollar sus músculos, como los hombres.

UN FEMINISMO MUSCULAR

El nuevo fenómeno norteamericano ha despertado las inquietudes de numerosos investigadores sociales. Según encuestas recientes sobre el tema, de los 25 millones de mujeres que practican fisiculturismo, una gran mayoría está enrolada en movimientos feministas.

—**Lo que buscamos** —explican— **es demostrar que también físicamente podemos estar en un plano de igualdad con el hombre".**

Muchas de ellas defienden la idea de que a pesar de los logros alcanzados por la mujer en todos los ámbitos (social, laboral, en el hogar) se la sigue viendo como un ser sin fortaleza, sumiso e inferior. **"Mediante el fisiculturismo** —concluyen— **podemos sanear nuestros cuerpos, hacerlos robustos e igualarnos deportivamente con el sexo opuesto".**

La conexión entre fisiculturismo y feminismo no parece infundada si se tiene en cuenta que Jane Fonda —una de las actrices más vinculadas con los movimientos de igualdad entre hombres y mujeres— ha instalado en su mansión un gigantesco gimnasio. Queda en Beverly Hills, y allí concurren damas de todo el país a perfeccionar y aprender nuevas técnicas y especialidades en la materia que las ocupa.

En cuanto a los hombres, mientras algunos permanecen agresivos y no toleran la presencia femenina en los gimnasios, otros lo han tomado con más amplitud, pero afirman que: **"Lo que exhiben las mujeres es simplemente más flexibilidad muscular. Nosotros seguimos siendo los más fuertes".**

COMIENZA EL SHOW

Mientras el público aplaude para apurar el comienzo del desfile, las forzudas se ubican en sus respectivos lugares. Cuerpos tostados, untados en aceite y muy brillantes. Lucen sintéticas tangas, que dejan bien a la vista su perfecta anatomía: bíceps, tríceps, muslos, pantorrillas, espaldas. No hay una veta de grasa. Todo es músculo. Hasta sus rostros, tradicionalmente relajados, están tensos y se han tornado más cuadrados.

Primeramente, cada una deberá levantar pesas, aumentando cada vez la cantidad de kilos sostenidos. Eso marcará quién es la ganadora. **"Levantar pesas** —dice una de las concursantes— **es como cualquier otra actividad que una mujer puede realizar. No hay nada raro en esto. ¿Por qué las mujeres debemos seguir cumpliendo con las expectativas masculinas y ser delicadas, suaves y débiles criaturas?".**

Stela Martínez, una bonita morena de 26 años, cuenta que: **"La primera vez que entré en un gimnasio, todos los hombres se quedaron mirándome. No podían soportarlo. Pero ahora, ya pasados unos años, a ninguno le molesta que esté entrenándome junto a ellos. Cada uno se ocupa de lo suyo, sin mirar al otro".**

Mary Elizabeth Tomas, quien salió campeona en repetidas oportunidades, expresó en cambio: **"Mi marido nunca se opuso a que practicara fisiculturismo. El me ayuda en todo. Controla mi alimentación, que no debe superar las 800 calorías porque tengo tendencia a engordar. Además, me alienta a que corra las cinco millas diarias que hacen que me mantenga en estado".**

La campeona, que llegó a levantar casi 200 kilos de una sola vez, no está sola con sus habilidades. Una compatriota, la californiana Lisa Lyon, también ha batido records en fisiculturismo. No solo es fuerte y musculosa, sino también bella. Mide 1,62 metros y pesa 48 kilos, pero la aparente delgadez no tiene nada que ver con su potencialidad física. Más de una vez se la ha oído decir que puede sacarse de encima a algún molesto, por más que tenga las medidas de una reina de belleza.

Las fisiculturistas, que ya han sido tapa de varios semanarios deportivos norteamericanos, explican que este deporte necesita mucha concentración y disciplina. **"Todos los seres humanos** —afirma Mary Don, experta también en karate— **tenemos una fuerza interna increíble. Pero debemos aprender a amaestrarla. Solo con entrenamiento y práctica puede utilizarse esa fortaleza".**

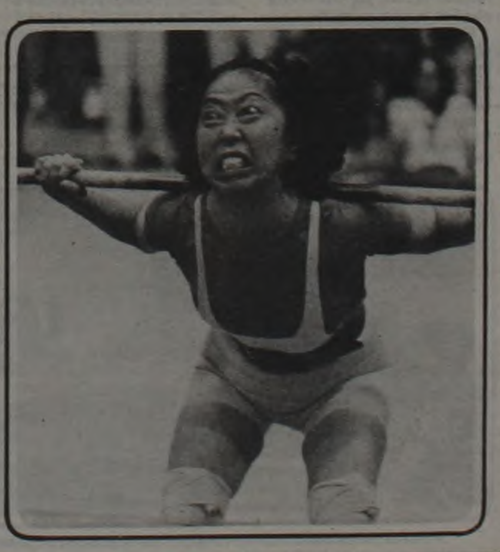
UN CAMBIO EN EL CONCEPTO DE BELLEZA

Los análisis sociológicos que se realizan en torno del tema del fisiculturismo femenino permitieron arribar a interesantes conclusiones. Quizá la más llamativa sea la que anuncia un cambio total en el concepto de belleza femenina.

La inserción del fisiculturismo como deporte casi masivo dentro de las preferencias de las mujeres haría variar el ideal de hermosura física.

El look preferido ya no son más las damas exuberantes, de formas redondeadas, y mucho menos las débiles y delgadas mujeres que estuvieron de moda hasta hace muy poco tiempo. Ahora, las feministas votan por un cuerpo andrógino, desprovisto tanto de grasa como de huesos a la vista. Las mujeres del año 2000 serán musculosas, de poco busto, caderas angostas y espaldas anchas. No sobrarán los kilos, ni faltarán.

En cuanto al tradicional concepto de sex - appeal, se supone que los hombres pronto se dejarán cautivar por las fisiculturistas. Porque —feministas o no— sus actividades no las alejan de la necesidad de relación con el sexo opuesto. Muchas son casadas, otras también tienen hijos, y son pocas las que no están de novias. Claro que, según lo que ellas mismas manifiestan, es bastante difícil para un hombre estar al lado de una mujer que puede levantarlos cómodamente con una sola mano.



LAS MADRES DE FAMILIA Y LA INDUSTRIA

A pesar de que muchas mujeres practican fisiculturismo, queda aún una abultada porción de madres de familia, o damas que no están de acuerdo con la actividad porque, según su opinión, ésta supone una virilización física y síquica de la mujer. Otras afirman temer por el futuro de sus hijas, ya que manifiestan el peligro de que las fisiculturistas se transformen en algunos años más en el modelo ideal femenino.

Mientras tanto, los industriales norteamericanos hacen caso omiso de las protestas y se dedican a fabricar todo tipo de accesorios para las fisiculturistas. Desde pesas especiales, hasta equipos, zapatillas e incluso cierto tipo de vitaminas que favorecerían el desarrollo muscular.

El debate se extiende también a los analistas. Algunos afirman que el fisiculturismo será solo una moda pasajera, como tantas, y que luego de esto la mujer volverá a sus roles tradicionales. Otros, en cambio, se animan a hablar de **"revolución"**. Mientras las fuertes muchachas desfilan por la pasarela, el tiempo se encargará de responder a la incógnita.

La Voz del Amor Quiebra el

Un niño sordo puede aprender a hablar correctamente e integrarse al mundo de los oyentes a través de la lectura labial. El método oral de rehabilitación de esta discapacitación progresa y permite que cientos de niños se conviertan en adultos independientes. La Cooperativa de Padres de Niños Sordos se fundó con este fin y sus resultados son admirables. Sepa cómo dar felicidad a un niño sordo.





Los pequeños giran al son de un tambor y perciben el ritmo acompañándolo en rueda.

Cuando en un hogar se descubre la sordera de uno de los hijos, se produce una convulsión que genera influencias negativas en el niño afectado. La aceptación de una discapacitación física depende de los padres, para actuar y ubicarse frente a las necesidades del niño.

Su primer enlace con la sociedad parte de la familia, pequeño núcleo en el cual está inmerso y que le permitirá acceder a una institución especializada que lo ayude en su rehabilitación.

En primer lugar, debe considerarse que el niño sordo es un discapacitado con excelentes posibilidades de rehabilitación, y entenderse por **rehabilitación la adquisición del lenguaje.**

Estas instancias dependen de quienes rodean al niño en sus primeras etapas. **La familia, por lo tanto, es la encargada de comenzar la educación lo más rápidamente posible, en el momento en que se detecta el problema. Paralelamente, deberá encararse una orientación sicopedagógica tendiente a la satisfacción de sus necesidades básicas y a la estimulación de los diferentes canales mediante los cuales aprehenderá su mundo y el de los demás.**

La efectiva comunicación se logra a través de muchos años de reeducación que supone esfuerzo, dedicación y constancia del núcleo familiar, de él mismo y de los profesionales que lo orientan.

Una vez que el niño logra un buen nivel de lenguaje que le permita expresar sus ideas, a través de la articulación correcta e inteligible, y domina la lectura labial, se considera efectiva la comunicación.

El niño sordo debe asistir obligatoriamente al jardín de infantes ya que ésta es una etapa básica de su rehabilitación.

Aquí adquirirá los elementos imprescindibles para su futuro manejo, que consisten en: **el interés por la comunicación; el dominio de la lectura labial y la expresión oral.**

Seguidamente, el niño se incorporará a la escolaridad primaria alrededor de los 7 años, la que se realizará normalmente. El nivel secundario será accesible al niño sordo integrado en colegios normo-oyentes o comunes en un alto porcentaje y dependerá del nivel de lenguaje logrado y de características individuales.

IADAL Y COESO

Un grupo de padres de niños discapacitados auditivamente constituyó la **Cooperativa de Padres para la Educación de Niños Sordos, COESO,** el 23 de setiembre de 1961. Su intención es la de prestar servicios educativos en los niveles preescolar, escolar y posescolar a niños sordos, hijos o pupilos de los asociados que lo requieran.

Otro de los fines de la institución fue la creación de una escuela diferenciada con maestros y material especializado para cumplimentar el primer propósito.

Además, en su estatuto quedaron establecidas como metas la difusión del problema de la sordera y sus soluciones; el estudio del problema de los estudiantes sordos y sus posibilidades para la educación media y superior, científica, artística y literaria y la orientación de los egresados.

Paralelamente a la creación de COESO comenzó la actividad del **Instituto Argentino de la Audición y el Lenguaje, IADAL,** dedicado fundamentalmente a la rehabilitación integral del niño sordo, hipoacúsico y afásico. La institución fue reconocida como escuela de primera categoría y adscripta a la enseñanza oficial. La actividad de ambos organismos cuenta con reconocimiento en nuestro país y en el extranjero.

SICOLOGIA DEL NIÑO SORDO

Por momentos, el entorno que rodea al discapacitado auditivo termina por acentuar tanto este aspecto de su persona que se lo identifica solo por él. Algunos padres se conducen involuntariamente frente al hijo como si la sordera fuera la única causa de todos sus males, si está triste o nervioso se lo atribuyen a la sordera, por este motivo se exceden los cuidados y se le impide crecer y desarrollarse para convertirse en un adulto independiente.

La excesiva protección puede provocar una **"seudoidentidad"** en el niño, ya que su siquis capta e internaliza la sordera como el único aspecto que marca su vida y si se identifica con él corre el riesgo de parcializar su persona o su propia imagen interna. Esta dicotomía: **mundo de los oyentes mundo de los sordos,** puede tener efectos perjudiciales en su futuro. Otros padres, en cambio, niegan la discapacidad del niño, no hablan nunca de ella, esperan de él más de lo que puede dar y no respetan el ritmo de su evolución. En estos casos, los niños se sienten sobrexigidos y por lo tanto son propensos a no tolerar el fracaso, por lo que terminan huyendo y refugiándose en sí mismos.

Desde el punto de vista sicológico, el niño sordo es como cualquier individuo, piensa y siente como todos y sus posibilidades son amplias. Con una correcta reeducación basada en el método oral y un adecuado comportamiento de sus padres y otros grupos que lo rodean, el discapacitado auditivo puede insertarse en forma productiva en la sociedad. Una vez cumplido este ciclo reeducativo, pueden alcanzar un elevado nivel intelectual. Suelen ser muy eficientes en tareas que requieren una mayor observación y concentración de la atención, como algunos trabajos con máquinas u otros de tipo artesanal donde deben desplegar mecanismos intelectuales.

EDUCACION FISICA

En el **Instituto Argentino de la Audición y el Lenguaje,** se considera al hombre con una concepción global, es decir, en sus aspectos biológico, síquico y social como un todo. A partir de allí se realiza una evaluación sicomotriz que comprende el tono muscular, la coordinación estática, la coordinación dinámica y la organización perceptiva. De acuerdo con la edad cronológica madurativa se incluye a los niños en un grupo de actividades.

En el primer nivel, hasta los cinco años, se atiende la dificultad que presenta el discapacitado auditivo a través del juego. En el siguiente de seis a ocho años, se realizan las formas básicas del movimiento.

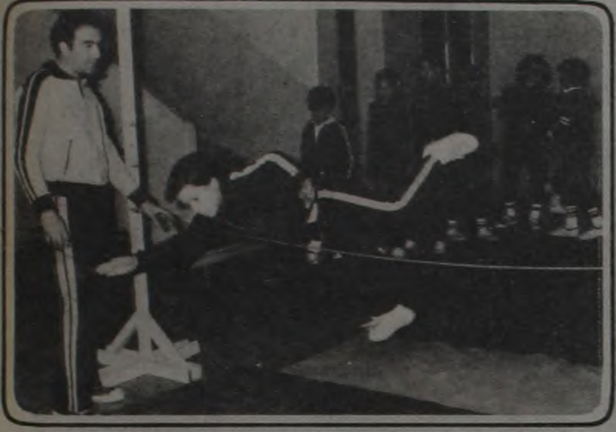


A través de los audífonos alámbricos oyen la palabra de la profesora.



La práctica de ejercicios físicos les brinda seguridad en sí mismos.

Tenebroso Mundo del Silencio



La actividad se organiza en relación con la edad cronológica madurativa.



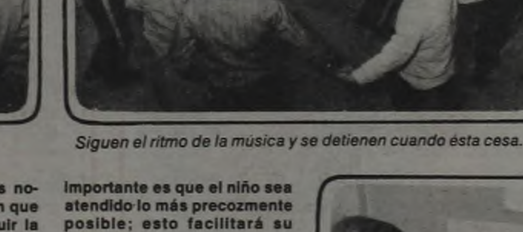
El télex les permite oír a cierta distancia y moverse con libertad.

En el tercer nivel, de nueve a diez, se persigue asegurar los movimientos conseguidos en el primer nivel y se incluyen juegos con orientación atlética-deportiva practicándose la mayor cantidad de habilidades y destrezas para poder vivenciar el movimiento.

Desde los once años en adelante se incorporan movimientos localizados en brazos, piernas, columna, dorsales y abdominales y movimientos sintéticos: balanceo de extremidades, destrezas en colchonetas o movimientos libremente construidos, elaborados por los niños.



En el jardín de infantes vocalízan sus primeras palabras.



Siguen el ritmo de la música y se detienen cuando ésta cesa.

El objetivo de la práctica de educación física y deportes en la rehabilitación del niño sordo tiende a brindarle a éste seguridad en los movimientos y coordinación, además de integrarlo en el mundo oyente.

EDUCACION: UNA NECESIDAD VITAL

Todos los conceptos manifestados anteriormente parten de la filosofía del **Instituto Argentino de la Audición y el Lenguaje**. Su directora, la **profesora Sonia Larreteguy de Petuy** recorre las funcionales instalaciones del establecimiento junto a **Revista de la Mujer.** Niños desde 3 años en adelante comparten el aprendizaje, matizándolo con juegos de orientación pedagógica y la práctica de ejercicios físicos adecuados.

—Hablar de educación es hablar de posibilidades, realización y metas —explica la profesora Petuy—. **Es hablar de los primeros contactos que el niño tiene. Como todo discapacitado, el niño sordo requiere ser esperado, querido, aceptado.**

—¿Cuál es el comportamiento que espera de los adultos?

—No se puede dejar de mencionar la influencia negativa que recibe de los adultos que lo rodean cuando éstos, sus padres, conocen el problema. De ahí la enorme importancia de que los padres tomen conciencia del valor que tiene su conducta para rehabilitar al niño e incorporarlo en el mundo normo-oyente. En IADAL funciona una Escuela para Padres que da resultados excelentes. Allí les damos una orientación pedagógica y sicológica para que aprendan a manejar el problema.

—¿Qué conducta deben asumir los padres?

—Los padres deben aceptar, en primer término, al hijo como un niño con problemas. Cuando se produce esta toma de conciencia los resultados son espléndidos; hemos notado que en los casos en que el niño se niega a seguir la evolución de la rehabilitación, el motivo está en la familia. La intensa sobreprotección o la apatía ante su problema inciden gravemente en el niño y trastornan su conducta, impidiéndole aprender junto con el resto la técnica del lenguaje y, por consiguiente, lo anulan.

—¿Cuándo es conveniente comenzar la rehabilitación?

—En el primer momento que se detecta la sordera. Cuando el niño es aún bebé, con la colaboración de una reeducadora que enseñe a la mamá a ampliar y estimular las percepciones visuales, ya que éstas son las únicas que lo conectan con el mundo. Alrededor de los dos años y medio o tres, el pequeño está en condiciones de incorporarse al Instituto, donde comenzará la rehabilitación junto a otros niños de su edad. Pero —reitero— lo más importante es que el niño sea atendido lo más precozmente posible; esto facilitará su rehabilitación.

—¿Qué ciclos de la enseñanza cubre el Instituto?

—Los niveles preprimario y primario. En la primera instancia preparamos al niño en la iniciación del lenguaje y en el ciclo primario comienza a dominarlo y culmina el ciclo escolar común con un manejo del idioma que le permite incorporarse a cualquier escuela normal sin problemas.

—¿Qué porcentaje de niños continúa sus estudios?

—El año pasado el 90% de los egresados de 7º grado ingresaron en escuelas secundarias comunes y hasta ahora los resultados son excelentes; obtienen buenas notas y aprenden sin problemas. Claro que, en general, son un poco mayores que el resto de los niños, ya que aquí se termina el trabajo de rehabilitación total alrededor de los quince o dieciséis años. Este año, en cambio, la proporción será menor, ya que solo están preparados un 40%, el resto son únicamente niños sordos; en muchos casos se combina su afección con alguna disfunción cerebral.

—¿Entre qué profesiones u oficios puede optar un niño sordo?

—La mayoría son empleados bancarios y también se los emplea en computación. Hay empresas que llaman al Instituto para emplear a nuestros egresados porque son personas que no se distraen, son atentas y observadoras. Otros se dedican al trabajo en talleres mecánicos o de tipo artesanal.



El niño escucha la pregunta por télex y responde con la palabra y la figura adecuadas.



Todos participan en una de las clases del nivel primario.

LA UNIVERSIDAD: UNA POSIBILIDAD ABIERTA

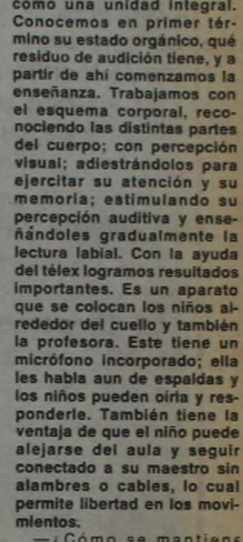
—¿Hay excepciones?

—Sí, las hay. Tenemos el caso de un alumno que se recibió de ingeniero y otro de odontólogo. En ambos casos, además de una inteligencia superior, jugó un rol preponderante el apoyo familiar; sin él no se hubiera podido lograr esta superación.

—¿Por qué utilizan exclusivamente el método oral?

—Porque nuestra intención es integrar al niño al mundo que lo circunda y que es parlante. En la medida en que él domine la lectura labial y consiga comunicarse a través de la oralización, tendrá más posibilidades. El idioma de los gestos sirve únicamente entre sordos.

—¿Cuáles son las tareas



prioritarias en la rehabilitación?

—Nuestro objetivo es la adquisición del lenguaje, para lo cual tomamos al niño como una unidad integral. Conocemos en primer término su estado orgánico, qué residuo de audición tiene, y a partir de ahí comenzamos la enseñanza. Trabajamos con el esquema corporal, reconociendo las distintas partes del cuerpo; con percepción visual; adiestrándolos para ejercitar su atención y su memoria; estimulando su percepción auditiva y enseñándoles gradualmente la lectura labial. Con la ayuda del télex logramos resultados importantes. Es un aparato que se colocan los niños alrededor del cuello y también la profesora. Este tiene un micrófono incorporado; ella les habla aun de espaldas y los niños pueden oírla y responderle. También tiene la ventaja de que el niño puede alejarse del aula y seguir conectado a su maestro sin alambres o cables, lo cual permite libertad en los movimientos.

—¿Cómo se mantiene IADAL?

—Esta escuela es totalmente gratuita y colaboran los padres a través del COESO, la cooperativa de padres que mantiene las instalaciones y compra el material didáctico y técnico necesarios para el aprendizaje, e incluso mantiene los sueldos del personal administrativo. Los docentes dependen de la Superintendencia Nacional de Enseñanza Privada, ya que la institución esta adscripta a ese organismo dependiente del Ministerio de Cultura y Educación.

Anualmente egresan de esta institución niños sordos que tienen la posibilidad de integrarse y comunicarse con otros niños de su edad, de jugar, de aprender, de vivir sin inhibiciones. La labor de estas dos instituciones gestadas por padres de niños sordos se mantiene y progresa gracias al afecto que se vuelca en esta tarea que afortunadamente tiene reconocimiento en nuestro país y en el extranjero. Los resultados son formidables pero nadie se contenta únicamente con la labor cumplida:el trabajo y la dedicación continúan con cada nuevo niño sordo que ingresa para conocer el mundo.

IADAL funciona en Luis María Campos 1582, de 8 a 17.



La modelo luce un conjunto muy alegre, de bermuda y remera. La bermuda es de algodón, abotonada a los costados. Diseñada en tela Muy especial, que imita el estampado de leopardo, en colores rojo y blanco.
En cuanto a la remera, color rosado, con cuello y flecos y tachas en el canesú. (Mostaza)

Teresa, con bermudas de línea clásica, diseñadas en finísimo hilo de tono rosado. Acompaña la prenda, de estilo muy deportivo, una remera color verde agua, con mangas japonesas.
Conjunto ideal para paseos y días de sol. (Mostaza)

Una juvenil bermuda realizada en poplín, de color patito. Tiene trabas en la cintura y también a la altura de las botamangas. En los bolsillos, broches de metal, muy vistosos. Se acompaña con una remera rayada, en colores patito y blanco, con ribetes en los hombros y el cuello en tono blanco. (Mostaza)



Gracia y Color ¡Las Bermudas!

DIRECCIONES: Mostaza, Las Heras 3741, Local 4.
Mix and Match, Acevedo 1390.
Zapatos Pepe Cantero, Canning 2760.

PRODUCCION: Graciela Zito.





Un conjunto muy juvenil, formado por bermuda de poplin y camisa al estilo hawaiano. La bermuda tiene pequeñas rayas, en rosado y blanco y frunces al frente. Las piernas son anchas, como formando una pollera pantalon. La camisa tiene dibujos realizados en los mismos tonos. (Mostaza)



Otro conjunto de bermuda y top, super veraniego. Ambos tienen un estampado al estilo tropical, alegre y dinámico. La bermuda tiene trabas en las piernas y amplios y cómodos bolsillos. En cuanto al top, es muy ajustado y da al conjunto elegancia y distinción. (Mostaza)



Teresa luce una bermuda realizada en tela de hilo, muy fresca, de color beige. La prenda es muy moderna, tiene linea ancha y grandes botamangas. Complementa el conjunto una blusa finisima diseñada en voile rosado con un original bordado al frente. Cinturón marrón de cuero. (Mix and Match)



NUEVA LINEA

Sedas, Bordados y Encajes en Lencería

Las sedas, los bordados y los encajes delicados han sido constantes de la moda en lencería europea. Los tonos pastel son los preferidos: rosa melocotón para las mujeres mayores y rojo laca suave para las jóvenes, además de otros motivos frescos, de tonos medios y coloreados.

Respecto de las telas, durante la temporada abunda el algodón, pero de un tipo especial: suave, sedoso, satinado y brillante. También se exhiben aplicaciones o incrustaciones de encajes y bordados y otros efectos, como transparencias y festones.

Durante el día se usan corpiños moldeados, que subrayan las formas redondas del busto, y son especialmente indicados para las deportistas.

La lencería de noche se divide en tres líneas: sofisticada, femenina y deportiva. Las prendas sofisticadas tienen línea flexible y fluida, ajustada al cuerpo y con grandes escotes. Las femeninas son juveniles, de materias sedosas. Las deportivas, realizadas en jersey y terciopelos esponja. La enagua también ha resurgido durante esta última temporada europea, y son sencillas o más sofisticadas.



1) Un modelo de Albina, diseñado en raso, y compuesto por una mañanita y camisón. Están enteramente bordeados con encaje, pasacintas y cintas de raso. Posee talle alto y forma sostén para la parte del camisón. 2) Una creación de Rasurel. Es un largo vestido de dormir con incrustaciones de encaje, realizado en malla brillante. 3) Triumph Internacional presenta una creación de sus colecciones. Es un camisón de tonos opuestos, diseñado enteramente en algodón con flores de distintos colores. 4) Otro modelo de Triumph, esta vez un pijama, también confeccionado totalmente en algodón y con pequeñas flores de varios colores. Está adornado con vivos y cintas, todos en el mismo tono. Delicadísimo.





5) Un body-combinación con finos tirantes de jersey y algodón y estampado con flores a la antigua. 6) Una enagua muy corta, de breteles finos y bajo escote. 7) Otra combinación, esta vez más larga, de línea Audabe. Tiene escote cuadrado, adornado a ambos lados con un bordado sobre mallas, provista de finos tirantes y anillos dorados. 8) Un modelo de Rosy. Es una camisa de seda con escote tipo imperio, dotada de finos tirantes. Puede llevarse tanto con prendas de día como de noche, debajo de un vestido o un fino pantalón y chaqueta sastre. 9) Una creación de Lejaby, llamada Corbeille. Es un sostén muy femenino, con círculos independientes y tirantes de varias posiciones. Está realizado en fino encaje de tipo calais.

Primoroso Vestido con Muchos Volados

Género y accesorios: tejido a rayas longitudinales: 2,75 m de 1,40 m. de ancho o 4,30 m. de 90 cm. de ancho; una cremallera de 40cm.

Largo de falda: 76 cm.

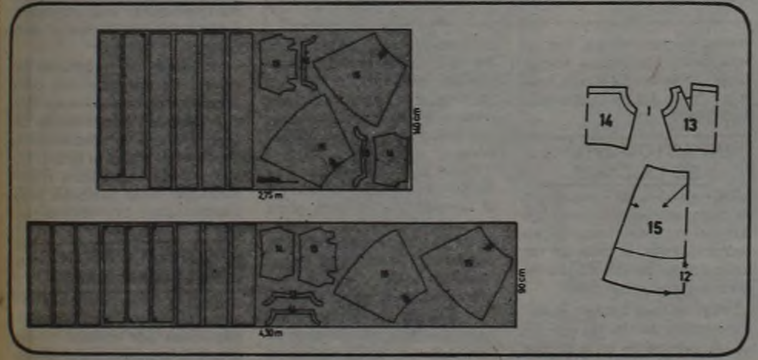
Cortar además: el volante para el cuerpo: 2,70 m. por 18 cm. Incluido 2 cm. para el dobladillo del borde superior; el volante de falda superior: 2,50 m. por 20 cm. Al cortar los volantes, agregar márgenes para costuras.

Observar al cortar: copiar el dobladillo postizo del patrón cortarlo una vez cada uno (centro: doblez del tejido). Antes, hay que pegar los dobladillos postizos delanteros el uno al otro. En las guías de corte, las piezas descansan sobre el derecho del tejido, el lado impreso mira hacia arriba.



Confección: entretelar los dobladillos postizos. Cerrar las pinzas y la costura del costado derecho en el cuerpo. En los dobladillos, cerrar también la costura del costado derecho. Aplicar el dobladillo postizo colocando derecho con derecho. Piquetear el margen de la costura en las partes redondeadas de las sisas y volver el dobladillo. En la falda, cerrar las costuras de los costados observando la abertura en el costado izquierdo. Cerrar todos los volantes en redondo (anillas). En los volantes de falda, doblar de forma estrecha los 2 bordes y coser a punto zigzag tupido sobre los dobleces. Recortar los bordes doblados cuidadosamente hasta bien cerca de la costura zigzag. Fruncir los volantes a 2,5 cm de un borde, pasando 2 hileras de pespuntes sobre la falda pespunteando entre los 2 pespuntes del fruncido. Unir falda y cuerpo y colocar la cremallera de forma escondida. En el volante del cuerpo, pulir solamente un borde a punto zigzag. Planchar el otro borde 2 cm hacia adentro, doblar su borde interior y coser el dobladillo a pespunte. Pasar cinta de goma de la medida correspondiente. Ponerse el vestido y prender (con alfileres) el volante al delantero y a la espalda. Seguidamente, coser el volante a mano al borde superior y eventualmente a máquina por la misma costura.

13 delantero
14 espalda
15 falda delantera y trasera





Aprendiendo a Lucir de un Modo Elegante

Género: a rayas longitudinales: 1,40 m de 1,40 m de ancho o 2,10 m de 90 cm de ancho.

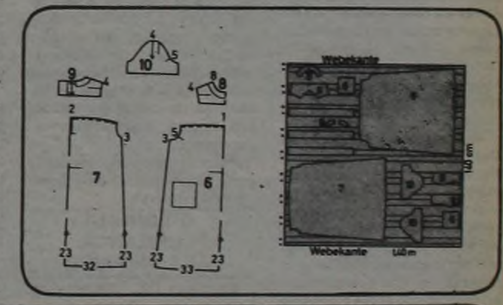
Cortar además: cinturón: 1,50 m por 6 cm (ancho terminado 3 cm) más márgenes para costuras.

Observar al cortar: Copiar el bolsillo y los dobladillos postizos del patrón. Cortar el bolsillo 2 veces agregando 3 cm en el borde superior. Cortar los bolsillos manteniendo la continuidad de las rayas del delantero.

Confección: Entretelar los dobladillos postizos. Entretelar también la vista de la botonadura trasera que está sin cortar. Bolsillos: en los bordes superiores, planchar los márgenes de los bolsillos de forma estrecha hacia el revés y coser los bolsillos sobre los delanteros. Marcar la línea de abertura en la espalda. Prender una tira recta sobre la abertura y pasar un pespunte bien cerca de la línea, en el extremo en forma de punta. Cortar la abertura y pasar la tira hacia adentro. Pespuntear a 2 mm del borde de la abertura. Fruncir los bordes superiores de delantero y espalda. Colocar los canesúes. Cerrar las costuras de hombros y lados. Pulir los dobladillos postizos y coserlos a las vistas traseras que están sin cortar. Coser el dobladillo al escote, colocando derecho con derecho. En el extremo de la botonadura, sujetar también las vistas traseras con pespuntes transversales. Piquetear los márgenes de costura y volver el dobladillo. Planchar los bordes y adornar con un pespunte a 2 mm. Hacer los ojales en el borde trasero derecho. Cerrar las costuras de manga. Dobladillar el cinturón y adornarlo con un pespunte a 2 mm del borde. Coser el cinturón al delantero (por la cintura). Dobladillar el bajo.



6 delantero
7 espalda
8 canesú delantero
9 canesú espalda
10 manga



Coquetas y Prácticas Remeras

Material: 250 gr. de hilo de tejer violeta, 50 gr. color fucsia, una ag. de crochet Nº 3. Para talle 44.

Puntos empleados: P.Vareta: 1 laz. sobre la ag., picar ésta en una m. de base, enganchar la hebra formando 1 m., con 1 laz. cerrar 2 m. de la ag. con otra laz. cerrar las m. restantes; M.Punto: picar la ag. en una m. de base, enganchar la hebra formando 1 m. con 1 laz. cerrar las m. de la ag.

Nota: Esta prenda se teje en sentido vertical, por lo tanto, para lograr una mayor precisión, es conveniente trazar un molde en tamaño natural para ir controlando las dism. y los aum.

ESPALDA: Tejer una cadeneta que mida 32 cm. o el largo deseado. Tejer en p.v. aum. del lado del escote 1 m. en cada vuelta. A los 30 cm. de alto total aum. 10 m. y tejer 4 vueltas completas sobre todas las m. Dism. las 10 m. del bretel y continuar dism. 1 m. cada 2 vueltas, a los 47 cm. (medidos de sisa a sisa) rematar las m. de una vez.

DELANTERO: Tejer como la espalda.

BRETEL: Con hilo color fucsia hacer una cadeneta de 3 m., tejer en p.v. Aum. cada 2 vueltas 1 m. de un solo lado hasta que el bretel mida 24 cm. (medido desde la punta). Ahora reemplazar los aum. por dism. y tejer de la misma forma.

Planchar ligeramente el tejido con un lienzo húmedo. Terminar todos los bordes (inferiores, escote y bretel) —cada pieza con su color correspondiente— con 1 h. de m.p. Coser las costuras. Aplicar el bretel como se ve ilustrado en el modelo.



Material: 250 gr. de hilo rosa, 30 gr. de hilo violeta, 50 gr. de hilo fucsia; un par de ag. Nº 2½ y un par Nº 3.

Puntos empleados: Elástico: 1ª h. 1 m.d., 1 m.r. En las h. siguientes tejer las m. como se presentan, sin contrariar las m. Santa Clara: todas las h. al d. Fantasía: 1 a.h.: x 2 m.d., 1 laz., 2 m.d. juntas x, repetir de x a x toda la h., 2a. y 4. h. al r.; 3a. h.: 1 m. d., x 1 laz., 2 m. d. juntas x, repetir de x a x. Se tejen siempre estas 4 h.

ESPALDA: Con las ag. Nº 2½ montar 110 m. y tejer 5 cm. en p. elástico. Cambiar a las ag. Nº 3 y continuar tejiendo en p. fantasía. A los 30 cm. de alto total cerrar las m. de una vez.

DELANTERO: Se teje como la espalda, a los 30 cm. de alto cerrar de cada lado cada 2 h.: 4 m., 3 m., 2 m. y luego 1 m. (hasta que se agoten las m.). A los 8 cm. de alto desde las sisas dividir el trabajo en dos (justo en la mitad) y trabajar por separado, dism. para el escote 1 m. cada 2 h. hasta agotar las m.

BOLSILLOS: Con las ag. Nº3 y fucsia montar 32 m. y tejer en p. Sta. Clara hasta obtener un cuadrado. Cerrar las m. de una vez.

BRETEL: Con hilo violeta y las ag. Nº 3 montar 5 m. y tejer en p. Sta. Clara. Hacer una tira que alcance a cruzar en la espalda. Tejer otro bretel igual.

BORDES: Levantar las m. del borde superior (escote) espalda con hilo violeta y tejer en p.Sta. Clara 8 h. Cerrar flojamente. Levantar las m. del escote delantero y tejer como se indicó en el borde de la espalda, dism. 1 m. en el centro para que forme la punta.

Planchar el tejido suavemente por el revés. Coser las costuras, aplicar los breteles y colocar los bolsillos en forma caprichosa como se ve ilustrado en el modelo.

El Viaje a Brujas

SEGUNDA PARTE

Un Cuento de Katherine Mansfield

—¡Dover! —gritó un guardia.

En el acto de cruzar la planchada que nos llevaba al muelle del barco, renegamos de Inglaterra; aun la más recalcitrante charlatana británica sacó a relucir su migajita de francés; nos dijimos mutuamente "S'il vous plait" sobre cubierta, nos colmamos de "merci" en las escaleras, y con gran contento, nos pedimos "pardon" recíprocamente en el salón. La camarera se hallaba al pie de las escaleras; era una mujerona agria e inabordable, con el rostro enmarcado por la viruela y las manos escondidas bajo un delantal almidonado que era lo único aceptable de su persona. Respondió a nuestros saludos con estudiada indiferencia, haciendo cálculos sobre su posible presa. Bajé para quitarme el sombrero y arreglarme el cabello, y, al entrar en mi camarote, advertí que ya había tomado posesión de él una señora anciana.

La dama yacía sobre el diván rosa y abanicándose con un haz de plumas negras. Las ondas de su cabello gris asomaban entre los encajes de una cofia y su semblante, altivo y digno, enmarcado por las cintas negras que colgaban de la cofia y el almohadón color rosa, tenía un aire encantador de rancia nobleza. Toda su persona estaba envuelta en un rumor de sedas y en el aroma de alcanfor y de lavanda. Al verla, pensé en Rembrandt, y, no sé por qué, en Anatole France. Como una tromba, entró la camarera arrastrando una gran bolsa de lona; extendió sobre el suelo un diario que llevaba bajo el brazo, puso encima la bolsa, y abriéndola, vació dentro el cesto de los papeles.

Tan pronto como pude, subí al puente. El mar había adquirido un intenso color verde y las olas, que parecían algo más claras, rodaban sobre él. Todas las hermosas y artificiales flores de Francia se habían quitado los sombreros y atado a la cabeza velos sutiles. Varios jóvenes alemanes, haciendo gala de su voluminoso físico nacional, se paseaban en grupos, moldeados por estrechos trajes de color claro, delgados como pijamas. Las familias francesas estaban reunidas en grupos aparte —las mujeres en las sillas y los hombres de pie, en actitudes displicentes, reclinados sobre la baranda del puente—, charlando con esa brillante locuacidad de los que se sienten en su casa. En un rincón, semioculta por un tabique, encontré una silla desocupada pero desgraciadamente el tabique tenía una ventana, abierta allí con el propósito de divertir en todo tiempo a los fisgones que se asomaban para espiar a esos espíritus emprendedores y valerosos que, desafiando la furia de los elementos, corrían por el puente hacia la proa azotada por el viento y las olas. Durante la primera media hora de travesía hubo entre los pasajeros una verdadera fiebre de aventuras, y todos corrían a mojarse con las olas que rompían la quilla y a meterse en los sitios de peligro, para regresar jadeantes, empapados y contentos, a las manos amantes que los aguardaban tendidas con una toalla. Pero al cabo de una hora, todos se habían cansado y los grupos permanecían sobre cubierta, silenciosos; pude sorprender a varios jóvenes de ambos sexos que miraban hacia el océano y bostezaban. Poco después sintieron frío y unas terribles ganas de meterse en el salón, pero nadie se movía; solo se puso de pie una muchacha rubia, con un saco de lana blanco con moños rojos, que se acercó tambaleándose a la baranda y se dobló sobre ella. El joven que la acompañaba se irguió en su silla.

—¿Te sientes mejor? —le interrogó, pero un colérico sacudimiento de la melena rubia de la muchacha le indicó que se sentía mucho peor. El joven hizo ademán de levantarse— ¿Quieres que te sostenga la cabeza? —Nuevo sacudimiento de la melena y de los hombros de la muchacha. El joven, sintiendo la necesidad de hacer algo, se puso de pie y se acercó a su compañera— ¿Quieres que te eche mi saco sobre los hombros?... ¡Ya pasó!... ¿Te vas a quedar aquí?... —Le había echado un brazo sobre la espalda y la acariciaba y miraba con infinita ternura y compasión. Al verlos, juré en mi fuero interno que no volvería a calificar a los hombres de criaturas indiferentes y que habla de creer a pie juntillas en la avasalladora fuerza del amor, sin ponerla a prueba, por supuesto. Reconfortada con aquellos pensamientos, bajé al camarote para dormir.

Me quedé tendida en la estrecha cama, casi pegada al lecho en que dormía la dama del porte digno, mirando las sombras que danzaban sobre el techo y las salpicaduras de las olas brillando en los vidrios de los ojos de buey.

En una travesía corta se pierde la noción del tiempo; me parecía haber estado en aquel camarote durante horas, días o años. Nadie sabía cuánto y a nadie le interesaba. Llegué a conocer a todos los pasajeros hasta el punto de la indiferencia: ya había dejado de creer en la existencia de la tierra firme. El vaivén del péndulo me había sorprendido y apresado, y allí me quedaba inerte, balanceándome. La luz se desvaneció en el camarote.

Apenas me había dormido cuando me despertaron los sacudones de la camarera.

—Llegaremos dentro de dos minutos —me anunció.

Por la puerta abierta vi a las mujeres desamparadas que acababan de librarse del brazo de Neptuno y se arrodillaban en el suelo en busca de zapatos, cintas y horquillas; solo la dama de calidad conservaba la calma, tendida en el diván y abanicándose pausadamente. Me miró sonriendo.

—Grace a Dieu, c'est fini —dijo con una voz tan fina que parecía pendiente de una de las hebras de su encaje.

—Oui, c'est fini —repuse devolviéndole la sonrisa.

—¿Vous allez a Strasbourg, madame?

—No —le respondí—. A Brujas.

—¡Qué lástima! —dijo la señora cerrando el abanico y la conversación. No podía imaginarme por qué era una lástima que yo fuera a Brujas, pero me vi viajando en un tren destartalado, junto a la dama de calidad, mimándola y cubriéndola continuamente con un chal negro mientras ella se mostraba tan terriblemente agradecida que me nombraba única y legítima heredera de una montaña de dinero y de encaje antiguo...

Esta y otras ideas descabelladas que creaba en mí el sopor del sueño me persiguieron hasta que subí al puente.

El cielo índigo servía de dosel a una miríada de estrellas y las líneas de nuestro barco se recortaban en negro profundo en la claridad del aire. "¿Tiene sus boletos?" Sí; es necesario darle los boletos... "¡Deme los boletos!". Nos apretujamos en la pasarela, fuimos llevados hacia la sala de inspecciones de la aduana, donde los mozos de cordel amontonaban nuestras valijas sobre largos mostradores, y donde un viejecillo flaco con anteojos de armazón gruesa, de carey, les pegaba un sello sin decir nada.

—¡Sígame! —ordenó el ser de aspecto poco tranquilizador a quien había confiado mis bienes terrenales. Brincó sobre las vías y yo salté tras él. Con mis maletas a cuestas corrió por el andén, esquivando a los pasajeros y los carros de equipaje con la presteza y seguridad de una figura cinematográfica. Acomodé las valijas en el asiento del vagón para que nadie lo ocupara, y descendí a comprar fruta en un puesto amarillo donde había uvas y ciruelas verdes. Junto al puesto de fruta me encontré con la anciana señora del barco, apoyada en el brazo de un alto y apuesto joven rubio, con traje blanco. La anciana y yo nos saludamos con una leve inclinación de cabeza.

—Cómprame —dijo con su vocecilla delicada— tres emparedados de jamón, mon cher.

—Y algunos pastelitos —dijo él.

—Sí. Y una botella de limonada.

"El amor es un diablillo travieso", pensaba yo al subir al vagón; el aire que entraba por las ventanillas abiertas olía a hojas frescas. Los estanques de luz pálida que se habían formado con la llegada de la noche desbordaron, inundando la oscuridad. Cuando llegué a Brujas, estaban repicando las campanas y la luna, misteriosa y fría, vigilaba atenta sobre la gran Fortaleza.

(Continuará)

CURIOSIDADES TECNICAS Y CIENTIFICAS

EL SANTO PATRON DEL FUTBOL

El padre Francisco de Berascola, nacido en Vizcaya (España) en 1564 y muerto en América del Sur en 1597, ¿puede acaso ser considerado como el santo patrón de los futbolistas? Esa es al menos la sugerencia formulada por el diario vasco "El Correo Español".

Misionero en América del Sur, el padre Francisco de Berascola utilizó numerosos medios para convertir a los indios. Tras demostraciones para el lanzamiento de la barra de hierro, participó con fortuna en los juegos locales, y en especial, en uno que consistía en marcar con el pie cincuenta "goles" contra el campo adversario. Veinte jugadores integraban cada equipo, al practicarse ese deporte, para el cual el padre Francisco de Berascola era más que eficaz. El sacerdote, según "El Correo Español", obtuvo extraordinarios resultados en ese deporte, lo que, al parecer, le ayudó a convertir a gran cantidad de indios a la fe católica.

Al regresar a Europa, el padre Francisco de Berascola consiguió muchos adeptos para ese juego sudamericano. Es así como se convirtió, para muchos, en el pionero del fútbol.

DESAFORTUNADO GANADOR DE APUESTAS

Un abogado de Renton (Estados Unidos), Alva Long, había jugado en las carreras de caballos una suma de 300 dólares, no con el propósito de ganar, sino con la deliberada intención de perder.

Contumaz adversario, desde siempre, de todos los juegos de azar y, en especial, de las carreras de caballos, el letrado abrigaba el propósito de acogerse a una ley del estado norteamericano de Washington que permite a toda persona que pierda 300 dólares en las carreras de caballos entablar una acción judicial para recuperarlos.

Pero el abogado fracasó: ganó la no desdeñable suma de 1.845 dólares.

ORIGINAL PLUSMARCA PARA UN FAKIR

Un joven fakir del este de Francia, Jean - Pierre Lefevre, de 26 años y apodado Mary Rae en la cofradía de su especialidad, alcanzó una plusmarca original, al soportar sobre el vientre, durante tres minutos y cuarenta segundos, y extendido sobre una plancha provista de vidrios de botellas, un auto en el que se encontraban nueve personas, lo que hacía un peso de 1.600 kilos.

Homologada por el "Guiness Book of Records", la plusmarca pertenecía, hasta la hazaña de Lefevre, al "Fakir de cristal", un británico que responde al nombre de Vostinic Veroljub, que había soportado sobre su vientre 1.530 kilos, durante tres minutos.

RECLUTAS ESPECIALES

Seis gallinas, un gallo, algunos corderos y dos conejos, formaban parte del "equipo" de un joven recluta, convocado al cuartel de Evjemoen, cerca de Kristiansand, en el sur de Noruega, con la enorme sorpresa de los responsables militares locales.

Ole Delheim, que trabaja en la vida civil en un astillero naval, también se dedica a la cría de aves de corral y otros animales domésticos en sus momentos libres.

Explicó a las autoridades militares que no había encontrado a nadie para ocuparse de sus animales durante las tres semanas que debía durar su servicio militar y que no había tenido valor para sacrificarlos.

VIVIR MAS Y MEJOR

Vassili Tzunis, de 120 años, acaba de fallecer en Zagoria (Epiro, noroeste de Grecia). Vassili explicaba su longevidad por el frugal régimen alimenticio al que se sometió casi toda su vida. Aconsejaba a quienes quieren morir lo más tarde posible una dieta a base de leche, queso y vegetales y, sobre todo, no "abusar" de las mujeres.

"Sólo" tuvo cuatro hijos, que fallecieron antes que él. Deja ocho nietos y 20 bisnietos.

ULTRASONIDOS CONTRA REUMA

Puede que un equipo de médicos rumanos haya encontrado por fin el tratamiento adecuado al dichoso reuma que, pese a los adelantos de la ciencia, sigue martirizando a millones de personas. Se trata de los ultrasonidos. Los doctores rumanos los han aplicado con éxito notable a un centenar de pacientes que padecían nada menos que "poliartritis reumatoide", modalidad de reuma tan tenaz como aguda. Según las primeras informaciones, los ultrasonidos ejercen su acción benéfica favoreciendo la contracción de los músculos más aquejados.

UN AUTOMOVIL... EN LA CAMA

Un habitante de Portsmouth (estado norteamericano de Virginia), experimentó en fecha reciente el peor de los despertares de su vida: había un automóvil en su cama.

"Abrí los ojos —relata el aún asombrado James Harrell— y vi las ruedas de un auto que giraban aún sobre mi cabeza".

"Cuando James me dijo que había un auto en el dormitorio —dijo a su vez la señora Harrell— creí que estaba soñando".

El conductor del "auto", un Chevrolet blanco, modelo 1972, había perdido el control de su vehículo, el cual primero atravesó el jardín, después la cocina (en donde arrancó la heladera a su paso), para concluir su desenfrenada carrera en la cama del señor Harrell.

"Por razones desconocidas —subrayó Harrell—, el conductor del Chevrolet, que seguía empuñando el volante, encendía y apagaba los faros".

Ese accidente no causó ninguna víctima, lo que hizo decir a Harrell con una pizca de humor: "Ahora creo en los milagros".

HACE QUINCE MILENIOS

La cría de ganado es más antigua de lo que se creía y seguramente empezó en Africa oriental, afirma el antropólogo norteamericano Charles Nelson, especialista en sociedades pastoriles nómadas, que encontró en un reciente viaje a Kenia, dientes y huesos de animales domésticos que datan de hace 15.000 años.

Hasta ahora se pensaba que la civilización había nacido en el Oriente Medio hace unos ocho milenios, porque entonces ya se practicaba en la región el cultivo de la tierra, domesticación y empleo de utensilios. Pero, según Nelson, "las últimas indicaciones señalan que esos tres factores se dieron mucho antes en el Este africano y fueron introducidos en el Levante gracias al comercio y a la emigración".

También en Africa oriental fueron descubiertos los restos de "Lucía", mujer prehistórica de hace cerca de tres millones de años y, por lo tanto, el vestigio humano más antiguo encontrado hasta hoy.

VEHICULOS SIN RUEDAS

Las ventajas del "Metro", más las del coche individual... Al menos es lo que promete la firma norteamericana que fabrica el "carveyor", compleja red de cintas deslizadoras, portadoras de vehículos sin ruedas...

En esos pequeños autos sin chofer ni volante, el viajero sube en marcha: en las estaciones, la cinta circula a 2,5 km. por hora. Pero, de una estación a otra, la velocidad es de unos 30 km. por hora.

TELEVISION EN EL TECHO

"Panza arriba en su cama, John Smith veía en el techo un emocionante combate de boxeo. Su favorito cayó en la lona por más de la cuenta, pero no importaba: una sugestiva rubia empezó a cantar una canción..."

No, no es un fragmento de novela de anticipación, sino que los arquitectos norteamericanos están convencidos de que el mejor emplazamiento de un televisor es el techo; no solo es más agradable mirar tumbado, sino también más descansado, corroboran algunos higienistas.

CORAZONES QUE PALPITAN RAPIDO

El corazón de ciertos pájaros - mosca da 1.200 palpitaciones por minuto... Un grupo de científicos soviéticos que han establecido cuadros de los diferentes tipos del reino animal, registraron el fenómeno por medio de electrocardiogramas.

El elefante, que pesa 3.000 kilos, tiene un corazón que late a 46 pulsaciones por minuto. El caballo, 380 kilos, alcanza un ritmo cardíaco de 380 pulsaciones. El hombre (56 kilos), 76 pulsaciones. El cordero (50 kilos), 70 pulsaciones. El perro (6,5 kilos), 120 pulsaciones. El gato (1,3 kilo), 240 pulsaciones.

Los ritmos cardíacos de los pájaros pequeños son absolutamente sorprendentes: el corazón del verderón (22 gramos), late a 679 pulsaciones por minuto; el del pardillo a 729 y el del jilguero a 754. El funcionamiento del corazón indica, en cierta medida, la intensidad del metabolismo en los animales y como a cuanto más pequeño es el animal, el metabolismo es cada vez más intenso, resulta normal que el record lo tenga el diminuto pájaro - mosca, con 1.200 palpitaciones por minuto.

La Alegría de Vivir y el Placer, Unidos en la Música

Que la juventud y la vitalidad son una actitud de vida y no una circunstancia del tiempo transcurrido, lo demuestra fehacientemente el **Coro Modo Mayor**, un grupo coral integrado por cuarenta personas, en su gran mayoría mujeres, que oscilan entre los cincuenta y los ochenta años.

Lo curioso es que, salvo excepciones, ninguno posee conocimientos musicales ni experiencia previa en agrupa-



ciones corales. Todos tienen un objetivo común y similares expectativas que coinciden en la gente de la tercera generación, una edad que hasta hace muy poco se consideraba improductiva y exenta de impulsos vitales, destinada únicamente a la soledad y a un transcurrir aletargado. **El Coro Modo Mayor,** con su breve existencia de cuatro años, logró despertar en muchos de sus integrantes la alegría de compartir un placer común: el amor a la música. La gestora de esta iniciativa es **Antonia Simó**, una docente de música de larga y proficua trayectoria en los niveles medio y terciario de la enseñanza y como formadora de actores en la Escuela Nacional de Arte Dramático.

—¿Cómo se originó la idea de un coro de adultos?

—Porque siempre pensé que si mi padre a los 82 años hubiera tenido un lugar como éste habría concurrido. La idea la transmití a los miembros de la Asociación Cultura Prometeo y ellos me ayudaron en la organización del coro.

—¿Cuál es el objetivo de la agrupación?

—Nuestra misión es cantar donde podamos, especialmente en instituciones de beneficencia y hay que destacar que es absolutamente gratuita la concurrencia.

Antonia irradia felicidad mientras cuenta la historia del coro y acomoda las sillas para el ensayo. Lo que no menciona es que su tarea como profesora es "ad honores" y que desde 1976 no faltó un solo día.

—¿Este coro constituye una terapia para la tercera edad?

—Yo no diría que es una terapia, es una gratificación a la que puede acceder cualquiera que guste de la música y sienta necesidad de comunicarse a través de ella. No es terapia, aunque sí es un apoyo sicológico. Aquí se encuentran personas con problemas y aspiraciones comunes y se sienten acompañadas. Por otra parte, para todos constituye una satisfacción cantar para otras personas.

LA ILUSION DE CANTAR

—¿No hay condiciones para integrar este grupo?

—No, absolutamente ninguna. Es ideal que tengan oído musical y la ilusión de cantar, lo demás es trabajo que se ejercita en los ensayos. Es importante recordar que cuando las cuerdas vocales no han trabajado en exceso están vírgenes y, como son músculos, se acondicionan con el ejercicio.

UNA FELICIDAD CONCRETA

Mientras Antonia continúa con los preparativos para iniciar el ensayo, comienzan a llegar puntualmente mujeres y hombres de distintas edades a ocupar su lugar en al coro.

Francisca, la solista, que actúa desde hace dos años, se acerca para señalar los benéficos efectos que tiene el coro sobre sus integrantes. Ella es una de las pocas que tiene conocimientos y experiencia previos en recitales.

—Considero que el mejor aporte de este coro es que no tiene límites de edad como otros y que aquí no importan las condiciones sino las inquietudes.

—Cada día de ensayo me inunda un filón de alegría —dice Elida.

—Yo siento que aquí me tranquilizo y sé que el coro puede prescindir de mí pero yo no de él —agrega Herminia.

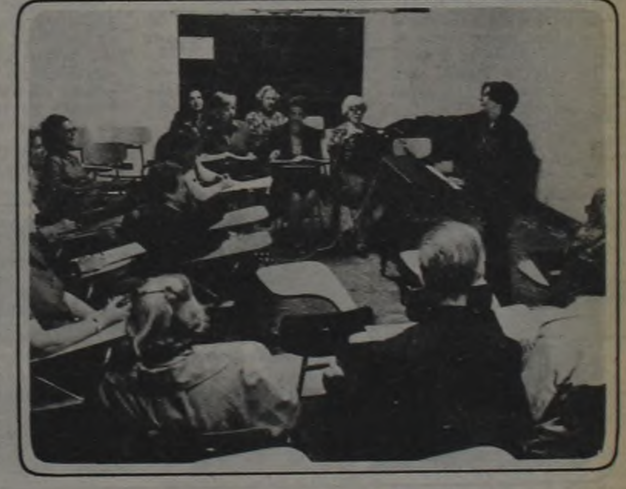
Al espontáneo diálogo asisten expectantes dos señoras que concurren por primera vez. Ambas son conducidas por el resto al salón para ubicarse en el grupo mientras continúan los comentarios.

—He recuperado la necesidad de cumplir con una obligación y el deseo de vivir.

—Estoy entusiasmada porque en noviembre nos van a dar un curso de música, es feo no tener conocimientos.

—Yo me siento triste cuando el día de ensayo es feriado, es perder algo muy importante para mí.









Paulatinamente, se sientan en orden, agrupados según los matices vocales, primera, segunda y tercera voz. Antonia los mira y se produce un silencio total; las miradas convergen sobre ella, a quien respetan y admiran por su dedicación. El objetivo se logra en cada ensayo y en cada representación. Al terminar el trabajo del día, todos se reunirán para conversar sobre lo logrado o para organizar una comida o festejar un cumpleaños. La música los une para canalizar emociones que en otras épocas no pudieron concretarse por las obligaciones familiares, económicas o de trabajo y hoy les permite conseguir la felicidad de comunicarse y sentirse útiles.

El Coro Modo Mayor ensaya en Independencia 1136, lunes y miércoles a partir de las 16.



O. (Quilmes)

La escritura de Ofelia nos muestra a un ser bien integrado socialmente, generosa y de carácter abierto.

Evolucionada, de procesos intelectuales rápidos. La capacidad de razonamiento y la reflexión la dotan de condiciones para el pensamiento filosófico. Gusta de la poesía y posee expresividad verbal.

Tiene buen gusto y necesita rodearse de formas bellas.

Es permeable a las influencias externas, pero también es combativa, y lo sabe. Esto le da características un tanto contradictorias, pero el predominio de la razón sobre el sentimiento, frena cualquier exabrupto.

De gran vitalidad física. Problemas visuales.

R.R. (Banfield)

Va camino de una buena evolución. Gusto por la poesía. Tiene expresividad verbal. Algo introvertida y replegada en sí misma, consecuencia de las dudas normales a su edad.

De carácter afable, pero capaz de reacciones fuertes en algunas ocasiones.

Ambiciones para el futuro, al que mira con cierta desconfianza.

M.R.C. (V. Alsina)

Necesita vencer la timidez que no permite un normal grado de relación con los demás.

De voluntad algo inconstante. Empieza las cosas con entusiasmo para después decaer.

Es agradable y sabe hacerse querer.

Debe luchar en contra de cierta tendencia a ser manejada por los demás.

Es sensible e impresionable.

N.J.T. de P. (José C. Paz)

La necesidad y deseos de expansión, no se cumplen en forma normal por la tendencia al aislamiento, fruto de un sentir demasiado razonador, que le impide actuar en forma espontánea.

El carácter dulce y abierto, por su emotividad se hizo susceptible y algo intransigente.

Es de voluntad fuerte y decidida. Combativa, con algo de agresión.

La frustración de los afectos, ocurrida en el pasado, vuelve en forma inconsciente, pero obstinada y obsesivamente.

Puntualiza los hechos en forma clara para que no trascienda la confusión íntima en la que vive.

Necesita aparentar fortaleza, para disimular un latente sentimiento de inseguridad en el plano de la autoestima.

M.M. de R. (Capital)

La muestra escritural nos revela a un sujeto de gran evolución intelectual y espiritual. Ordenada y minuciosa posee juicio y pensamiento claro. De mente ágil y rápida comprensión, es sencilla y natural, actuando con la espontaneidad de las gentes superiores.

Cuenta sus cosas, pero con delicadeza por su discreción y prudencia.

Es distinguida, posee sentido estético.

Siente gran apego por su familia a la que protege en actitud amorosa.

De naturaleza impresionable, sensible pero contenida, el grado de excitabilidad que crea algo de angustia, acarrea problemas digestivos, con posibilidad de úlcera en el duodeno.

J.A. (Ramos Mejía)

La grafología no es una técnica de adivinación. No puedo contestarle si se va a casar o no. Tengo la impresión de que usted ha corrido a sus pretendientes por exigente y discutidora. No mire tanto el pasado, confíe en el porvenir y no se obsesione con la idea del casamiento. Arréglese con buen gusto y sobriedad y mire a su alrededor. Los galanes están en la Tierra, al lado suyo.

* * *

Las personas que deseen un análisis grafológico de su personalidad, deben remitir una carta de no menos de seis renglones, con los datos personales y la firma completa, a nombre de **Dora Cancela de Miranda, Revista de la Mujer, Azopardo y Garay, (1063) Buenos Aires.**

CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

La Luna Nueva en Escorpio que sucede en esta semana, aumenta la intuición de las mujeres en general. Las que andarán con un "radar" infalible, por supuesto serán las escorpianas. Vale la pena poner en práctica ese radar, no solamente en cuanto al comportamiento de la pareja, sino también en los negocios, propios y ajenos.

Respecto de los chicos de Escorpio: los varoncitos suelen ser precoces en cuanto al amor. Es habitual verlos "noviando" a los 7-8 años. Mamá o papá suelen reírse de tal fenómeno; mas no por eso hay que creer que los sentimientos del pequeño son para reírse. Ellos sienten el amor con una intensidad extraordinaria, aunque tengan 7 años... Es el amor puro, pero con raíces muy profundas y a veces duran, como un hermoso recuerdo, para toda la vida. ¡Cuidado con reírse del pequeño!

Los taurianos andarán de mal humor en esta semana. Si su esposo es de ese signo, habrá que tratarlo con mucha paciencia, mucho cariño y no tomar en cuenta sus arranques. Su mal humor obedecerá a problemas laborales... ¡Y a él le cuesta tanto hablar de sus problemas! Una buena cena, un clima agradable y temas ajenos al trabajo y finanzas aliviarán el panorama.

Advertencia: Marte sigue en Sagitario, el peligro del fuego y accidentes están en plena vigencia. Los chicos de signos de Fuego deben ser vigilados más que en otras ocasiones. Y si se trata de un hijo adolescente "motorizado", exíjanle una revisación concienzuda de su vehículo... Ahorrarán muchos disgustos, multas y accidentes.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

Días 4-5: Luna en Libra, uniéndose con Júpiter, Saturno y Venus. Para las librianas son días de gloria. Favorecen a signos de Aire.

* * *

Días 6-7-8: Luna nueva en Escorpio. Favorece a los nativos de signos de Agua. Gran inspiración y espiritualidad. Ideal para el amor, en su faz pasional. Excelentes para iniciar tratamientos médicos.

Días 9-10: Luna en Sagitario. Favorece a los signos de Fuego. Los accidentes de tránsito ocurren con mayor facilidad. Los signos Piscis, Géminis y Virgo, los más amenazados.

HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos



Aries

Amor: roces y rivalidades, usted se comporta con cierta agresividad, inducida por una amiga o familiar, mujer. Los días 9-10 le brindan la reconciliación.

Finanzas: etapa de cuidado en cuanto a toda operación importante, pero el fin de semana le facilita una compra muy necesaria.

Salud: molestias renales y visuales. Tome líquidos.



Tauro

Amor: la Luna Nueva de los 6-7-8 amenaza su tranquilidad, usted podría tomar una decisión equivocada bajo un impulso. Las discusiones deben evitarse a toda costa.

Finanzas: deje transcurrir esta semana en cuanto a lo importante, esperando y estudiando el terreno Gastos extra.

Salud: estado anímico alterado; descanse más.



Géminis

Amor: posible reencuentro: los días 4-5 son los mejores. Si usted realmente quiere, puede lograr una reconciliación definitiva. También, buen comienzo de relaciones.

Finanzas: semana muy positiva, un asunto legal o judicial puede terminar. Compras para su casa, o coquetería. Un regalo.

Salud: recuperación, fuerza, rejuvenecimiento.



Cáncer

Amor: Luna Nueva excelente en los 6-7-8, indicándole el camino. Decisión acertada y feliz, si usted escucha su corazón. Posible reencuentro familiar, visita, invitación.

Finanzas: pequeñas pero muy buenas oportunidades para mejorar sus comodidades en casa. No gaste en vano.

Salud: cuídese de los alimentos envasados y salados.



Leo

Amor: semana muy tensa, la Luna Nueva de los 6-7-8 podría ocasionarle un disgusto. Reproches, celos, una persona entrometida y ese amor propio suyo exagerado. ¡Cuidado!

Finanzas: gastos en un asunto de papeles: trámite, inscripción, etcétera. No es semana para las inversiones grandes.

Salud: molestias respiratorias, congestión nasal.



Virgo

Amor: si usted no permite interferencia familiar en su pareja, todo irá bien. Sutil acercamiento de una persona algo tímida, en forma de amistad. Cuídese de comentarios.

Finanzas: un pequeño tropiezo en el día 10, por un desperfecto o pérdida que le ocasionaría gastos extra.

Salud: mejora, usted está recuperándose muy bien.



Libra

Amor: la Luna en Libra: 4-5 uniéndose con Júpiter y Venus, le brinda la mejor oportunidad de reconciliarse o iniciar una relación. Semana muy favorable e importante.

Finanzas: sus planes de inversión, cambio de trabajo, y sus grandes iniciativas se hallan protegidas. Etapa afortunada.

Salud: recuperación, si usted está en régimen.



Escorpio

Amor: la Luna Nueva de los 6-7-8 es para usted, ya que ocurre en su signo. Semáforo verde para su corazón, usted puede intentar lo "imposible". Posible reencuentro.

Finanzas: muy buenas; momentos oportunos para tomar esa decisión para una compra, traslado, cambio de trabajo.

Salud: si usted está en un tratamiento, gran mejora.



Sagitario

Amor: le conviene esperar los días 9-10 para realizar un encuentro o iniciar un diálogo con su pareja. Posible entendimiento en base a la amistad y mutua tolerancia.

Finanzas: Marte da un gran impulso a sus planes; posible gran mejora mediante una actitud enérgica suya.

Salud: fuerza, dinamismo. ¡No se encierre demasiado!

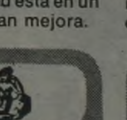


Capricornio

Amor: surgen ciertas dudas respecto de su pareja y de sus propios sentimientos; ¡usted piensa demasiado! Le conviene actuar con más tolerancia, perdonando pequeñas faltas.

Finanzas: cuidado con las grandes operaciones, inversiones; no es el momento. Posibles gastos en reparaciones.

Salud: Evite los alimentos muy salados.



Acuario

Amor: semana muy favorable. Los días 4-5 pueden brindarle lo mejor: comienzo, reconciliación, aclaración de dudas penosas, y sobre todo la revelación de un auténtico cariño.

Finanzas: gran mejora, usted puede disponer de su destino; posible cambio, pero tache los días 7-8.

Salud: molestias de garganta, nariz, congestión.



Piscis

Amor: los días de la Luna Nueva la favorecen de sobremanera: 6-7-8, cuando todo puede suceder, hasta el acercamiento de una persona muy terca. Sus armas son sugestión y dulzura.

Finanzas: algo se realiza en esta semana, lo que usted esperó hace tiempo: compra, cambio, inversión.

Salud: gran mejora, pero cuide su régimen y muévase más.

Vivir en Plenitud el Momento de Esperar la Llegada del Hijo



El período del embarazo puede ser una de las etapas más lindas en la relación de pareja, siempre y cuando se comprendan y logren superarse los conflictos y ansiedades inevitables en el proceso de dar vida a un nuevo ser. La sicóloga Virginia Shejter, una avezada especialista en el asesoramiento de matrimonios próximos a ser padres, formula aquí algunas importantes consideraciones sobre el tema.



La etapa del embarazo es una de las más lindas en la vida de una pareja, ya que no es solo la mujer la única protagonista de este maravilloso proceso. Así lo entiende la psicóloga Virginia Schejter, quien se dedica a la información y orientación de matrimonios próximos a ser padres.

—¿Por qué recurre la pareja a un psicólogo?

—Por diversos motivos que pueden originarse en malas experiencias anteriores, pérdidas o temores inconscientes.

—¿Cómo trabaja con cada pareja?

—Parto de un diagnóstico de la situación, actual y anterior de esa pareja, sus miedos respecto del embarazo, del parto o la responsabilidad de convertirse en padres. Por lo general me consultan mujeres aunque yo propongo que el marido asista a las charlas para informarse y conocer íntegramente la situación especial que vive su mujer y de la cual él forma parte.

—¿Las consultas son de padres primerizos?

—No, es más frecuente que llegue a mi consultorio una pareja que ya tiene un hijo y le preocupa la llegada del nuevo bebé para integrarlo a ese núcleo. Esta es una situación difícil para todos, no es sencillo abrir el núcleo afectivo para incorporar otro ser; se habla de los celos de los hermanos pero también son muy importantes las vivencias que siente cada uno de los padres frente al acontecimiento.

—¿Qué busca una pareja, orientación o información?

—Ambas cosas. Aunque parezca increíble yo tuve una paciente que era universitaria y sin embargo, a pesar de tener información adecuada no podía imaginarse como se transformaría su organismo en el momento del parto para dar salida a su hijo.



TRABAJO CORPORAL

—¿Qué técnica emplea en esos casos?

—Trabajo con el esquema corporal, las hago imaginar cómo será el parto, a veces hacemos pequeñas dramatizaciones y paulatinamente les voy informando sobre los cambios que sufre su cuerpo y el estado del bebé. Esto logra una identificación y un conocimiento necesarios para sentirse más seguras. eEn el caso que mencioné antes la señora estaba convencida de que iba a una cesárea, sin embargo tuvo un parto normal y feliz.

—¿Qué otros miedos se manifiestan?

—A la sangre, a las contracciones y a los dolores del parto; cuando la paciente siente mucho miedo trabajo específicamente en la elección del médico que es fundamental para que se sienta tranquila. Además refuerzo la relación entre la pareja y el médico para lograr equilibrio y armonía.

—¿El futuro padre recibe un tratamiento especial?

—A él le informo cuál es su rol durante el parto, de qué modo puede colaborar para ayudar a su esposa. Y no solo en ese momento sino durante todo el embarazo colaborando con ella en la práctica de los ejercicios necesarios y adecuados.

CAMBIO DE VIDA

—¿Usted está presente en el momento del parto?

—Todos mis pacientes tienen el recurso de llamarme si creen necesaria mi presencia, pero en general no lo hacen. Mi actitud es la de prepararlos para que vivan solos ese momento.

—¿Cuáles son las complicaciones más frecuentes?

—Una bastante generalizada es la de abandonar el papel de hijos para convertirse en padres. Este rol implica un renunciamiento y aumentar las fuerzas para cuidar del otro. Es necesario que ambos padres tomen conciencia de qué es lo que les pasa para luego transformarlo en una actitud productiva que les permita identificarse y cuidar de sus propios hijos.

La mujer suele tener un proceso regresivo, necesita que la cuidan y la mimen más, reclama constantemente.

—¿Esa necesidad perdura durante todo el embarazo?

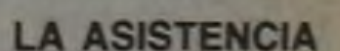
—No siempre, hay tres etapas. La primera es la de darse cuenta de que van a ser madre o padre. La segunda, comienza con los primeros movimientos fetales. Estos generan una sensación de emoción que proporciona tranquilidad y satisfacción. Y la última que es la de preparación para recibir al bebé. En cada una es fundamental el tiempo para madurar convenientemente y no saltearlas.

—¿Por qué aparece en esta época la necesidad de asistencia psicológica durante el embarazo?

—Se lo atribuyo al aislamiento al que nos condiciona la vida moderna. A pesar del progreso en los medios de comunicación las familias viven más separadas y solas. Antes, tenían la posibilidad de convivir familias íntegras y aprender mutuamente la experiencia de los otros miembros. Creo que es un problema cultural que nos impide aprender y de ahí la necesidad de recurrir a un profesional que sirva de guía en un momento trascendental para todo ser humano.

—¿Por qué se dedicó a esta tarea?

—Cuando comencé mi tarea como psicóloga descubrí que eran muchas las parejas que tenían problemas de relación e intentaban separarse cuando sus hijos eran aún bebés. Allí comencé a investigar los motivos y muchas veces las causas se motivaban en desajustes producidos durante la época de gestación y posteriormente, durante el puerperio y el crecimiento del nuevo ser. Entonces consideré necesario realizar una tarea preventiva, por eso me dedico al embarazo.



LA ASISTENCIA

—¿Su tarea termina en el momento del parto?

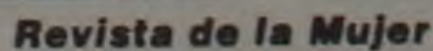
—No. Hacemos un convenio con la pareja que la asistencia culmina en el momento en que los tres sepamos que la situación está encaminada y que ellos se sienten seguros de su nuevo rol. No hay que olvidar que un puerperio no dura 45 días en el aspecto psicológico, son otros nueve meses durante los cuales se presentan conflictos y motivaciones que conviene resolver para que no desencadenen problemas posteriores.

—¿Qué significa cada nacimiento para usted?

—Una inmensa gratificación; la felicidad de haber hecho un aporte necesario y humano a aquellos que lo requieren y que pueden vivir plenamente ese momento tan especial.

Virginia Schejter, madre de tres hijos, continúa brindando sus servicios a madres jóvenes, inexpertas o temerosas que a partir de su guía sienten respaldo y afecto compartido para encarar la más hermosa de las actividades; ser mamá.





Practique Gimnasia Jazz en Quince Minutos Diarios

Esta nota fue asesorada por Inés Rocca, Ecuador 1333.



Piernas separadas. Una queda estirada, con planta del pie totalmente apoyada en el piso. La otra, flexionada y con punta del pie apoyada. Manos detras de la nuca.



Tronco hacia atrás. La pierna que estaba flexionada, queda estirada y con el pie hacia afuera. La otra, doblada. Las manos detrás de la nuca y brazos en alto.



El tronco se endereza y orienta hacia un costado. Una pierna estirada, la otra flexionada. Una mano va detrás de la nuca y el otro brazo estirado. La cabeza lo sigue.



Se hace el mismo movimiento que en el paso anterior, solo que alternando las posiciones de brazos y piernas. La cabeza vuelve a seguir al brazo estirado.



El tronco se orienta hacia el costado opuesto. Una pierna derecha con pie apoyado en el piso, la otra doblada. La cabeza mira hacia un costado y brazos arriba.



Ahora de frente. Una pierna permanece estirada, apoyando solo la punta del pie. El otro pie se apoya totalmente en el piso. Brazos arriba, manos estiradas y juntas.



De frente. Una pierna estirada, la otra flexionada. El pie pasa por detras, apoyando la punta. Los brazos y la cabeza van hacia el costado, ambos muy laxos.



Cuerpo hacia un costado y hacia atrás. Una pierna estirada, pie al costado. La otra quebrada, pie al frente. La cabeza va al costado. Brazos en alto.



Tronco hacia un costado y ligeramente vuelto hacia adelante. Ambas piernas estiradas, un pie apoyado totalmente, el otro solo la punta. Un brazo al costado.



De frente. Ambas piernas flexionadas. Una viene hacia adelante, la otra, cruzada, hacia atrás. Tronco derecho, brazos al costado y doblados. Manos abiertas.



De frente. Una pierna estirada, apoya solo la punta del pie. La otra, flexionada, pie totalmente apoyado en el piso. Cabeza a un costado. Un brazo adelante. El otro, atrás.



De atrás, con la cabeza mirando al frente. Un brazo se apoya arriba y ésta debe aparecer por el "huevo" que forma. Las piernas estiradas. Un pie hacia atrás. Otro, al costado.



En puntas de pie, de frente. Todo el cuerpo muy estirado. El tronco se dirige hacia un costado y acompañan el movimiento la cabeza y los brazos. Manos abiertas.



Piernas separadas, de costado. Una se queda atrás, estirada y apoyada en punta de pie. La otra, hacia adelante, doblada y también apoyando la punta. Brazos al costado y adelante.



De frente. Una pierna queda atrás, estirada y apoyando todo el pie. La otra se cruza por adelante, doblada y apoya solo la punta. Un brazo doblado a la cintura. El otro, estirado.





